

## **Newsletter Aktionsbündnis Sehen im Alter (SiA) 01/2018**

---

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Unterstützer des Aktionsbündnisses Sehen im Alter,

die ersten zwei Monate des Jahres 2018 sind schon wieder fast vorbei.  
Höchste Zeit für den Februar-Newsletter von "Sehen im Alter". Ich möchte  
Sie wieder über Aktuelles rund um das Thema "Sehen im Alter" informieren.

### **Inhalt**

1. Die AAD 2018 vom 13. bis 16. März 2018 wirft ihre Schatten voraus ...2
2. Neuer ZQP-Report "Rechte behinderter Menschen" .....3
3. SZB-Tagung "Im Alter eine Sehbehinderung bewältigen" am  
01.02.2018 in Olten/Schweiz .....3
4. "Blind durch die Nacht" .....5
5. Fachtag "Sehen im Alter" im Augsburger Rathaus am 9. März 2018.....6
6. Internetseite zu Diabetes und Sehverlust startet .....7

## 1. Die AAD 2018 vom 13. bis 16. März 2018 wirft ihre Schatten voraus

Die Tagung beginnt wie üblich mit der Pressekonferenz am Dienstag, den 13. März 2018. Themen des Pressegesprächs sind u.a.

- das Berufspolitische Statement des Vorsitzenden des BVA, Prof. Dr. Bernd Bertram, Aachen
- Wenn Kurzsichtigkeit krankhaft wird: Die möglichen Folgen einer hohen Myopie, PD Dr. Joachim Wachtlin, Berlin
- Was heißt hier „normal“? - Glaukom trotz niedrigen Augeninnendrucks – was ist zu tun?, Prof. Dr. Lutz Pillunat, Dresden
- Flemming Beisse, Heidelberg

Im Mittelpunkt der diesjährigen Fachtagung steht das Thema "Vorausschauend handeln – Augenlicht schützen. Welche Früherkennungsuntersuchungen empfehlen Augenärzte?"

In einer Pressemeldung des BVA vom 24.01.2018 heißt es hierzu u. a.:

"Für die meisten Menschen ist das Sehen der wichtigste unserer Sinne. Zugleich nehmen sie das Sehen als selbstverständlich hin und schenken der Gesundheit ihrer Augen kaum Aufmerksamkeit. Viele Augenkrankheiten beginnen jedoch schleichend und ohne Symptome. Dabei sind die Chancen, sie erfolgreich zu behandeln, umso besser, je früher sie erkannt werden."

Der Berufsverband der Augenärzte Deutschlands (BVA) rät daher zu augenärztlichen Früherkennungsuntersuchungen;

- **bei Kindern** spätestens um den dritten Geburtstag, um eine Fehlsichtigkeit oder Schielen frühzeitig zu erkennen und zu behandeln." Wenn in der Familie Sehfehler bekannt seien, das Kind deutlich schielt oder bei Frühgeborenen sei eine Untersuchung bereits im Alter von sechs Monaten zu empfehlen.
- **Ab dem 40. Lebensjahr** seien regelmäßige Glaukom-Früherkennungsuntersuchungen ratsam. Dabei wird der Sehnervenkopf am Augenhintergrund auf Auffälligkeiten untersucht und der Augeninnendruck wird gemessen. Er ist neben dem Alter ein wichtiger Risikofaktor.

Menschen, deren Verwandte 1. Grades unter einem Glaukom leiden, sollten sich schon in jüngeren Jahren regelmäßig untersuchen lassen.

- Patienten mit einer Kurzsichtigkeit ab -3 Dioptrien sollten ihre Netzhaut jährlich untersuchen lassen. Für diese Untersuchung wird die Pupille mit Augentropfen erweitert. Danach kann man für einige Stunden nicht scharf

sehen, so dass nach der Untersuchung Autofahren zunächst nicht möglich ist.

- Desweiteren empfiehlt der BVA allen Menschen ab dem 60. Lebensjahr regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen, bei denen nach Anzeichen für eine Altersabhängige Makuladegenaration (AMD) gesucht wird. Je früher die sog. "Feuchte AMD" behandelt werde, umso höher seien die Aussichten einer Heilung.

Die komplette Pressemitteilung ist unter folgendem Link zu lesen:

<http://cms.augeninfo.de/hauptmenu/presse/aktuelle-presseinfo/pressemitteilung/article/vorausschauend-handeln-augenlichtschuetze.html>

## **2. Neuer ZQP-Report "Rechte behinderter Menschen"**

Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hat einen neuen vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSJ) geförderten Report "Rechte pflegebedürftiger Menschen" veröffentlicht.

Der **ZQP-Report "Rechte pflegebedürftiger Menschen"** bietet eine Bestandsaufnahme aus Wissenschaft und Praxis zu Rechten pflegebedürftiger Menschen. In Fachbeiträgen und Experteninterviews werden aktuelle Entwicklungen aufgezeigt und diskutiert. Daneben werden die Ergebnisse einer ZQP-Befragung zur Pflege-Charta, Handlungshilfen für die Praxis sowie Initiativen vorgestellt, die sich den Rechten pflegebedürftiger Menschen widmen und weitere Impulse zu deren Umsetzung geben können.

Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) ist eine bundesweit tätige, operative und gemeinnützige Stiftung mit Sitz in Berlin. Der Bericht kann wie folgt bezogen werden:

Bestellungen an: [bestellung@zqp.de](mailto:bestellung@zqp.de)

Download unter folgendem Link: <https://www.zqp.de/portfolio/rechte-pflegebeduerftiger-menschen/>

## **3. SZB-Tagung "Im Alter eine Sehbehinderung bewältigen" am 01.02.2018 in Olten/Schweiz**

Rund 60 Experten aus den Bereichen Augenmedizin, Augenoptik, Gerontologie, Pflege, Low-Vision-Rehabilitation, Sozialpädagogik, Selbsthilfe und Patientenvertretung kamen zu dieser internationalen Fachtagung zusammen. Im Mittelpunkt standen die Präsentation und Diskussion der Studie COVIAGE, Coping with Visual Impairment in old Age. Ich zitiere aus der Presseerklärung des Schweizerischen Zentralvereins für das Blindenwesen (SZB):

"Der Anteil an älteren Menschen in unserer Gesellschaft steigt stetig an. Und damit auch die Zahl der Menschen im Pensionsalter, die lernen müssen, ihren Alltag mit einer Sehbeeinträchtigung zu meistern. Sich im Alter einer derartigen Herausforderung stellen zu müssen, fällt den meisten Betroffenen schwer. Sie verdrängen die Tatsache, dass sie immer schlechter sehen. Damit verpassen sie über Jahre hinweg die Chance, dank neuer Strategien weitgehend und lange unabhängig zu bleiben. Ein besonderes Problem im Alter ist die Motivation. „Es lohnt sich doch in meinem Alter nicht mehr“ ist eine oft gehörte Aussage, wenn es beispielsweise darum geht, sich bei einer Beratungsstelle zu informieren oder den Gebrauch von Hilfsmitteln zu erlernen. Häufig stehen auch Ängste im Vordergrund: die Angst, dass sich die Sehbehinderung weiter verschlechtert, oder die Angst, von seinem sozialen Umfeld abhängig zu sein und seine Autonomie zu verlieren.

"Bereits vor vier Jahren untersuchte der SZB die Lebensqualität und Lebensbedingungen von älteren Menschen mit einer Sehbehinderung", erklärt Stefan Spring, Studienleiter von Coviage. „Im Alter eine Sehbehinderung erfahren – oder mit einer Sehbehinderung das Alter erfahren“ ist der Titel der Vorstudie, die damals in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich entstand. Mit der schweizweiten COVIAGE-Studie ging der SZB nun noch einen Schritt weiter.

Coping with Visual Impairment in Old Age steht hinter dem Namen COVIAGE und entsprechend steht im Zentrum der Studie, wie die Betroffenen ihren Sehbehinderung im Alter bewältigen. Gemeinsam mit Experten der Universität Zürich, der Fachhochschule der Westschweiz HES-SO Lausanne und auf der Basis von Interviews mit 1299 befragten Personen erarbeitete der SZBLIND das COVIAGE-Modell.

Die befragten Personen gaben zum Beispiel an, dass sie alltägliche Aktivitäten wegen ihrer Sehprobleme als mühsam empfinden oder sogar aufgeben: Texte lesen, Auto fahren, von Hand schreiben, Theaterbesuche oder andere geschätzte Tätigkeiten. Die Schwierigkeiten im Alltag schränken sie ein und mindern ihre Lebensqualität. Rund ein Drittel der Befragten fühlt sich durch die Sehbehinderung und die täglichen Gedanken daran psychisch belastet. Weitere Teilnehmer der Befragung leiden unter der Angst, dass ihre Sehfähigkeit zusehends schlechter und damit ihre Abhängigkeit von anderen Personen immer grösser wird.

Wie begegnen die Betroffenen den Herausforderungen, die ihre Sehbeeinträchtigung mit sich bringt? Die Hilfe ihres persönlichen Umfeldes sei wichtig, erklärten die meisten. Sie nehmen Unterstützung durch ihre Partner, Kinder, Freunde und Verwandte oder Bekannte an. Als ebenso bedeutend erachten sie das eigene Problemlöseverhalten und damit die Bereitschaft,

Schwierigkeiten aktiv anzugehen. Ausserdem gaben die befragten Personen an, dass sie spezielle Hilfsmittel wie etwa Leselupen benutzen sowie externe Unterstützung in Anspruch nehmen.

Grundsätzlich stellte die COVIAGE-Studie fest, dass es entscheidend ist, wie die betagte sehbehinderte Person Belastungen ausgleichen und Ressourcen einsetzen kann, um die Lebensqualität trotz Sehbehinderung zu erhalten. Die Beratung von älteren sehbehinderten Menschen durch Fachpersonen der Augenmedizin und Rehabilitation soll deshalb darauf fokussieren, wie die Betroffenen neue Ressourcen aufbauen können.

"Basierend auf den gewonnenen Erkenntnissen formuliert die Studie konkrete Empfehlungen. Sie weist darauf hin, wie wichtig es ist, bei Anzeichen von Sehproblemen einen Augenarzt aufzusuchen. Weiter empfiehlt sie betroffenen Personen, das breite Beratungsangebot zu nutzen, um Möglichkeiten und persönliche Fragen rund um die Sehbeeinträchtigung zu klären", so Stefan Spring. Mit diesem Schritt lernen die sehbehinderten Personen gleichzeitig die spezifischen Hilfsmittel kennen, die ihnen den Alltag erleichtern. Unerlässlich ist es auch, das eigene soziale Umfeld früh miteinzubeziehen. Man kann mit einer Sehbeeinträchtigung leben lernen, anstatt sie zu verdrängen. Die Studie zeigt, dass Betroffene die Lebensqualität positiv beeinflussen können, wenn sie die Herausforderung annehmen und nach vorwärtsblicken. Wer aktiv nach Bewältigungsstrategien sucht, um mit seinen Sehproblemen umzugehen, wird eher eigene Wege finden und eine positive Einstellung bewahren können.

Auch für die Angehörigen und für die Fachpersonen hält die COVIAGE-Studie Empfehlungen fest, die im Umgang mit den sehbeeinträchtigten betagten Menschen hilfreich sind. Wichtig ist hier vor allem der Fokus auf die Selbständigkeit. Die sehbehinderte Person soll Motivation, funktionale und emotionale Unterstützung erhalten, damit sie ihren Alltag so selbständig wie möglich bewältigen kann.

Die ausführlichen Resultate der Studie und die Empfehlungen sind kostenlos nachzulesen auf der Website

<https://www.szb.ch/fuer-fachpersonen/forschung/forschungsberichte/>

#### **4. "Blind durch die Nacht"**

Mit dieser Überschrift berichtete ZEIT ONLINE am 22.12.2017 über die Auswirkung von altersbedingten Sehbeeinträchtigungen beim Autofahren in der Dunkelheit.

Wenn es Nacht wird in Deutschland, steige das Unfallrisiko auf den Straßen und Autobahnen erheblich: Denn nachts ereigne sich mehr als jeder dritte Verkehrsunfall mit Personenschaden – und das, obwohl sich das

Verkehrsaufkommen nach Einbruch der Dunkelheit um rund zwei Drittel verringere. Laut Statistischem Bundesamt starben 2016 bei Kollisionen in der Dämmerung und bei Dunkelheit 1.069 Menschen – das waren 33 Prozent aller Verkehrstoten dieses Jahres. Bei den Unfällen mit schwerem Sachschaden betrage der Anteil der Nachtkollisionen sogar rund 37 Prozent.

Die offizielle Statistik liefere nur wenige Informationen über die Gründe dieser Unfälle. Alkoholkonsum und zu hohes Tempo würden als häufige Ursachen genannt, doch damit allein ließen sich die weit über 100.000 schweren Karambolagen nicht erklären, die jährlich in der Dunkelheit passieren. Es stecke mehr dahinter. Unfallforscher sprechen von "optischen Wahrnehmungsproblemen", die inzwischen bei jedem zweiten Nachtunfall eine Rolle spielen sollen, und weisen damit auf ein medizinisches Phänomen unserer Gesellschaft hin: schlechtes Sehvermögen.

"Wir gehen davon aus, dass jeder fünfte Autofahrer Nachtsehstörungen hat", sagt Kerstin Kruschinski vom Kuratorium Gutes Sehen e.V. (KGS). Die Zahlen des KGS, die auch der Berufsverband der Augenärzte Deutschlands (BVA) als "gesicherte Daten" bezeichnet, bedeuten immerhin, dass hierzulande bis zu 7,5 Millionen Menschen mit dem Auto unterwegs sind, die im Dunkeln nicht richtig sehen könnten.

Von diesen Defiziten seien keineswegs nur Senioren betroffen. Bereits in der Gruppe der 50- bis 59-jährigen Verkehrsteilnehmer seien nach Angaben des Verbands der Augenärzte rund 11,5 Prozent aller Verkehrsteilnehmer nachts nicht mehr fahrtauglich. Der ADAC warnt sogar schon ab dem 40. Lebensjahr vor "ernstzunehmenden Augenerkrankungen, die eine sichere Teilnahme am Straßenverkehr gefährden könnten".

## **5. Fachtag "Sehen im Alter" im Augsburger Rathaus am 9. März 2018**

Die Bezirksgruppe Schwaben-Augsburg des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes e. V. und die Stadt Augsburg führen am Nachmittag des 9. März einen interdisziplinären Fachtag durch. Professor Dr. Müller, Direktor der Augenklinik Augsburg, wird über altersbedingte Augenerkrankungen informieren. Christian Seuß spricht über die Bedeutung regionaler Aktionsbündnisse und zeichnet die Entwicklung des bundesweiten Aktionsbündnisses "Sehen im Alter" seit seiner Gründung im Jahr 2014 nach.

Zu Beginn der Veranstaltung wird das "Aktionsbündnis Sehen im Alter Augsburg" gegründet, das dritte regionale Bündnis dieser Art in Deutschland. In diesem regionalen Aktionsbündnis soll für die Sehprobleme von Senioren

sensibilisiert und darauf aufbauend die Versorgung von älteren Menschen, die von Sehverlust betroffen sind, optimiert werden.

Das Fundament ist eine nachhaltige Vernetzung der verschiedenen Fachdisziplinen rund um Alter und Auge, damit vermeidbarer Sehverlust verhindert wird und Menschen mit Sehbeeinträchtigungen in Augsburg eine optimale Unterstützung erhalten.

Angestrebt wird vor allem eine engere Zusammenarbeit von Augenärzten, Augenoptikern, Seniorenbeirat, Sozialberatung, Pflege und Selbsthilfe, damit Hilfe möglichst rasch bei Betroffenen und ihren Angehörigen ankommt und Fachkräfte im Umgang mit sehbeeinträchtigten Menschen sensibilisiert und geschult werden.

## **6. Internetseite zu Diabetes und Sehverlust startet**

Diabetische Netzhauterkrankungen gehören zu den wichtigsten Ursachen für Sehverlust im Alter. Hierzu berichtet der DBSV in seinem Newsletter "dbsv direkt" am 22.2.2018 u. a. folgendes:

"Die Initiative „Diabetes und Auge“ des Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverbandes (DBSV) und der Deutschen Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) stellt heute ihre Informationswebsite [www.diabetes-und-augen.info](http://www.diabetes-und-augen.info) der Öffentlichkeit vor.

Schätzungsweise 7 Millionen Menschen in Deutschland sind von Diabetes betroffen, mehr als 1,3 Millionen weisen diabetesbedingte Schäden an der Netzhaut auf, ungefähr 2.000 erblinden jedes Jahr. Damit sind diabetische Netzhauterkrankungen in Deutschland die häufigste Erblindungsursache bei Menschen im erwerbsfähigen Alter. Da ein Mensch 80 Prozent seiner Umwelt mit den Augen wahrnimmt, verändert ein Sehverlust das Leben grundlegend. Angefangen von alltäglichen Handgriffen über das menschliche Miteinander bis hin zur Berufstätigkeit sind alle Bereiche des Lebens betroffen. Besonders gravierend für Menschen mit Diabetes: Das selbstständige Management des Blutzuckerspiegels ist nicht mehr wie bisher möglich. Hilfe, Informationen und kompetente Ansprechpartner werden von Betroffenen in dieser Situation dringend benötigt, um weiterhin ein selbstständiges und aktives Leben führen zu können.

Im Oktober 2016 stellte die Initiative „Diabetes und Auge“ des DBSV und der DDH-M ein Faltblatt mit Informationen zu Diabetes und Sehverlust zusammen und verteilte 50.000 Stück an Mitglieder der Diabetesberatungsberufe und an Menschen mit Diabetes. Das Faltblatt gab kompakte Informationen zu Prävention von diabetischen Augenerkrankungen und den Möglichkeiten von Rehabilitation nach Sehverlust. Aufgrund der großen Nachfrage entschlossen

sich DBSV und DDH-M, die enthaltenen Informationen nun zu erweitern und auf einer Internetseite zu bündeln.

Unter dem Titel „Diabetische Netzhauterkrankungen – Aktiv werden, Möglichkeiten nutzen“ gibt die Seite kompakt und laienverständlich Informationen dazu, wie mit Sehverlust und Diabetes weiterhin ein aktives und selbstständiges Leben möglich ist, welche Möglichkeiten für eine Rehabilitation nach Sehverlust es gibt und welche sozialrechtlichen Ansprüche bestehen können. Die Website ist ein Informationsangebot an die Mitglieder der Diabetesberatungsberufe, die Menschen mit Diabetes bei einem Sehverlust betreuen. Betroffene und deren Angehörige können diese Informationen in kompakter und laienverständlicher Form nachlesen und erhalten eine Sammlung von Beratungsangeboten und professionellen Ansprechpartnern zum Thema Sehverlust. Tipps zu einem guten Miteinander von sehenden und sehbehinderten Menschen und ergänzende Informationen zu Ursachen, Vorbeugung und Behandlung von diabetischen Netzhauterkrankungen runden das Angebot ab."

---

So, liebe Unterstützerinnen und Unterstützer, das war's für heute.

Der nächste Newsletter erscheint Ende April. Gerne informiere ich über Neuigkeiten, die Sie mir aus dem Kreis des Aktionsbündnisses bis zum 15.04.2018 zumailen.

Ich wünsche Ihnen ein schönes Frühjahr und frohe Ostertage.

Herzliche Grüße sendet  
Christian Seuß

Wenn Sie diesen Informationsbrief nicht erhalten möchten, teilen Sie uns dies bitte mit.

---

Aktionsbündnis Sehen im Alter

c/o: DBSV - Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e. V.  
Christian Seuß

Koordinator Aktionsbündnis Sehen im Alter  
Rungestr. 19, 10179 Berlin,  
Telefon: (030) 2 85 38 72 92,  
Fax: (030) 28 53 87-200,  
E-Mail: [c.seuss@dbsv.org](mailto:c.seuss@dbsv.org)  
Internet: [www.sehenimalter.org](http://www.sehenimalter.org)